

ABSCHLUSSARBEITEN MÜNCHNER MODELL

Die unten angegebenen Abschlussarbeiten wurden von Prof. Dr. Andreas de Bruin betreut (Zeitraum 2012-2023). Bei einigen Arbeiten waren weitere Dozent:innen involviert. Diese Personen sind entsprechend angegeben.

Seit 2023 haben weitere Lehrende die Betreuung von Abschlussarbeiten zum Thema „Achtsamkeit und Meditation“ im Rahmen des Münchner Modells übernommen. Diese sind aber nicht mehr zusätzlich aufgelistet.

Hochschule München (HM)

Die Abschlussarbeiten wurden in den Studiengängen Soziale Arbeit, Bildung und Erziehung im Kindesalter sowie Pflege verfasst.

Bachelorarbeiten (Auswahl) – Hochschule München (HM)

Dawidczyk, Alina (2024)

Die Bedeutung von Achtsamkeit für die Gesellschaft und die Soziale Arbeit am Beispiel des Buddhismus.

Reiter, Alexa (2023)

Burnout – Möglichkeiten der Besserung durch Achtsamkeit und Meditation?

Lukas, Sophia Juliane (2023)

Das Anwendungspotential von Achtsamkeit als psychotherapeutisches Behandlungsinstrument von Depressionen bei marginalisierten Personengruppen am Beispiel der LGBTQI*-Gemeinschaft

Arteaga Gehrke, Rafael (2023)

Meditation im Gefängnis – Chancen, Herausforderungen und Implementierung

Reinbold, Franka Gabriela (2023)

Achtsamkeit im inklusiven Montessori Kinderhaus – Implementierungsmöglichkeiten für Kinder von 5-6 Jahren

Wassermann, Hannah (2023)

Achtsamkeit in der Grundschule – Chancen, Risiken & Implementierungsmöglichkeiten in Bayern am Beispiel des Konzepts „Sam und Du“ für eine erste Klasse

Rodica, Teodora Nicolae (2023)

Achtsamkeit mit Menschen mit Behinderung am Beispiel einer Wohngruppe

Tohidi, Milad (2023)

Achtsamkeitsmeditation als präventiver Therapieansatz gegen depressive Symptome

Bajric, Anita (2023)

Der Einfluss von Achtsamkeit- und Meditationspraktiken auf das Stresserleben bei Kindern in Kindertageseinrichtungen

Grund, Theresa (2023)

Achtsamkeit in der Suchttherapie bei Alkoholabhängigkeit nach F10.2 ICD 10 – Chancen, Risiken und Implementierungsmöglichkeiten

Schließmann, Franziska (2023)

Achtsamkeit im Kindergarten mit einem Begleitprojekt für Eltern

Dintner, Carina Michaela (2022)

Achtsamkeit für Mütter Schwangerschaft, Geburt und erste Lebensjahre

Strommer, Lea (2022)

Achtsamkeit im Kindergarten mit Kindern von 3-6 Jahren

Hauser, Stefanie (2022)

Achtsamkeit und Meditation für pädagogische Fachkräfte in der Inobhutnahme am Beispiel des Projektes „Mindful Moments – Auszeit vom Alltag“

Lechner, Nora (2022)

Achtsamkeit und Meditation zur Stressbewältigung bei Kindern. „Eine Projektwoche für Kinder im Hort im Alter von 6 bis 10 Jahren.“

Schlott, Jasmin (2022)

Mit Achtsamkeitsinterventionen Emotionen regulieren und gewaltfrei kommunizieren – ein Praxisbeispiel in der berufsvorbereitenden Bildung mit Jugendlichen

Probst, Anita (2022)

Achtsames Essen als wirkungsvolle Methode in der Sozialen Arbeit am Beispiel der Gewichtsregulierung

Einhauser, Jasmin (2022)

Achtsamkeitsrituale im Grundschulalter und ihre Bedeutung für die Entwicklung von Kindern

Joas, Robert (2022)

Achtsamkeit mit Kindern in der frühen Bildung und Erziehung: Wie Pädagog:innen eine intensivere Sinneswahrnehmung vermitteln

Kalynteri, Sophia (2022)

Achtsamkeit im Klassenzimmer: ein Tool zur Stärkung der Psychohygiene für Grundschul Kinder?

Schmitt, Milena (2022)

Yoga mit Kindern und Jugendlichen als ästhetisches Medium in der Sozialen Arbeit – Implementierungsmöglichkeiten, Wirkungen und Herausforderungen

Zirkelbach, Gabriele (2022)

Achtsamkeit und Meditation als Stressprävention in Kindertageseinrichtungen - Ein praxisnahes Konzept für Erzieher*innen und Kinderpfleger*innen im Berufsalltag

Müller, Leyla (2022)

Achtsamkeit und Meditation als Stressprävention in Kindertageseinrichtungen - Ein praxisnahes Konzept für Erzieher*innen und Kinderpfleger*innen im Berufsalltag

Heitmeier, Betina (2022)

Achtsamkeit mit hyperaktiven Kindern am Beispiel von tiergestützter Intervention mit Pferden. Chancen, Risiken und Implementierungsmöglichkeiten.

Krumrey, Vanessa (2022)

Achtsamkeit und Meditation mit benachteiligten Jugendlichen: Welche Vorurteile gibt es und wie kann die Soziale Arbeit diese überwinden?

Schmidt, Isabell (2022)

Stressmanagement für pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen Eine Handreichung

Dollmann, Melanie

Kinderyoga als achtsamkeitsfördernde Maßnahme im Kindergartenbereich – Ein Projektbeispiel

Wood, Heinrich (2022)

Achtsamkeit und Wohlfinden im Grundschafter

Greese, Anika Susann (2022)

Achtsamkeit mit Kindern zwischen fünf und zwölf Jahren - Chancen, Risiken und Implementierungsmöglichkeiten

Gruber, Regina Caroline (2022)

Achtsamkeit – ein wirkungsvolles Werkzeug für Sozialarbeiter_innen auf dem Weg zu einer professionellen Urteils- und Entscheidungspraxis im Fachdienst des Jugendamtes?

Niedermühlbichler, Nina (2022)

Das System des Strafvollzugs und der darin enthaltene Resozialisierungsgedanke – Welche Rolle, Möglichkeiten und Risiken kann eine Yogapraxis auf die Resozialisierung von inhaftierten Strafgefangenen bieten?

Sparlinek, Mona (2022)

Achtsamkeitsinterventionen mit Kindern und Jugendlichen:
Chancen, Risiken und Implementierungsmöglichkeiten für die Soziale Arbeit

Bühler, Lara (2022)

Chancen und Grenzen des Yoga in der Sozialen Arbeit am Beispiel psychosozialer Belastungen bei Jugendlichen

Weimann, Carolin (2021)

Achtsamkeit und Meditation und deren Auswirkungen auf das (Selbst)Mitgefühl. Ein Übungskonzept für Studierende

Neumann, M. (2021). "Im frühen Jahren schon viel bewirken!" Achtsamkeit im Kindergartenalter.

Huber , S. L. (2021). Achtsamkeit in der Sozialen Arbeit am Beispiel "Achtsames Essen".

Hönig, S. (2021). Stressprävention und -bewältigung durch Achtsamkeit und Meditation im beruflichen Alltag von Erzieherinnen und Erziehern.

Gocke, K. (2021). Die Bedeutung von Achtsamkeit in der sozial-ökologischen Transformation.

Blattner , A. (2021). Kinder krebskranker Eltern – ein Konzept für die achtsame Begleitung in einer schweren Zeit.

Scholz, P. (2021). Achtsamkeit und Psychosoziale Beratung – Ein Konzeptvorschlag zur Implementierung eines Achtsamkeitsangebots für BeraterInnen am Beispiel des SPDi der Caritas Dachau.

Cyriacus , C. U. (2021). Achtsamkeit und Meditation – ein Geheimtipp für Sozialarbeiter*innen?

Piris Sosa , M. (2021). Positive Psychologie in der Sozialen Arbeit am Beispiel ambulanter Erziehungshilfen.

Aicher , B. (2021). Positive Psychologie als Ansatz in der Sozialen Arbeit am Beispiel Grundschule.

Schwarz , A. (2021). Achtsamkeitsmeditation in der Sozialen Arbeit am Beispiel Strafvollzugsanstalt - Chancen und Risiken.

Park , S. (2021). Achtsamkeit gegen Depression – Achtsamkeitbasierte Ansätze in der Depressionsbehandlung.

Santos de Oliveira, T. (2020). Achtsamkeit als Instrument in der Sozialen Arbeit – Grundlagen, Relevanz und Umsetzung für SozialarbeiterInnen im Arbeitsfeld der Kindeswohlgefährdung.

Feil, S. (2020). Wieviel Achtsamkeit braucht Soziale Arbeit? Möglichkeiten und Grenzen achtsamkeitsbasierender Interventionen.

Anke, P. / Wagner, M. (2020). Achtsamkeit mit Kindern. Ein Projektbeispiel für den Grundschulbereich.

- Hirster, S. (2020). Achtsamkeit in der Ambulanten Erziehungshilfe am Beispiel des sozialpädagogischen Projekts "Mädchen(Aus)Zeit".
- Christmann, M. (2020). Achtsamkeit bei Grundschulkindern. Chancen, Risiken und Implementierungsmöglichkeiten zur Optimierung von emotionalen und kognitiven Ressourcen.
- Sperber, F. (2020). Achtsamkeit und Bildungsziele in bayerischen Kindertagesstätten. Umsetzbarkeit von Achtsamkeit im Kita-Alltag. Ideen und Anregungen in Form eines konzeptionellen Entwurfs.
- Kohler, J. K. / Werr, I. (2020). Achtsamkeit in einer Inobhutnahme Gruppe – Implementierungsmöglichkeiten anhand einer Achtsamkeitsbox.
- Lenschow, L. (2020). Achtsamkeit als Ressource zur Stärkung professioneller und gesunder Persönlichkeiten in der Sozialen Arbeit.
- Neumeyer, A. M. (2020). Die Relevanz von Achtsamkeit für ein gelingendes Miteinander in Kindertagesstätten.
- Stehle, V. (2020). Achtsame Stressbewältigung für hochbegabte Kinder im Alter von 4-10 Jahren.
- Voit, M. (2020). Psychohygiene bewusster leben!? Die Bedeutung achtsamkeitsbasierter Methoden in der Reduktion automatisierter Stressmuster.
- Feil, S. (2020). Wieviel Achtsamkeit braucht Soziale Arbeit? Möglichkeiten und Grenzen achtsamkeitsbasierter Interventionen.
- Böker, A. A. (2019). Achtsamkeit im Kindergarten. Theoretische und praktische Überlegungen am Beispiel der Projektgruppe „Die achtsame Adlerbande“.
- Held, A. M. (2019). Achtsamkeit in Kindertageseinrichtungen zur Stärkung personaler Resilienzfaktoren.
- Nöprick, L. (2019). Traumasensitives Yoga in der Sozialen Arbeit – Chancen und Risiken.
- Kühl, B. (2019). Achtsamkeit mit Kindern in der Grundschule.
- Strobl, I. (2018). Achtsamkeit im Kindergarten - Chancen, Risiken und Implementierungsmöglichkeiten.
- Emberger, F. (2018). "Learning Emotion" – Achtsamkeit und Meditation zur Förderung emotionaler Kompetenzen am Beispiel der Schulsozialarbeit.
- Ernst, A. (2018). Meditation und Achtsamkeit bei Menschen mit psychischen Traumata? – Grenzen und Möglichkeiten.

Linner, M. (2018). Achtsamkeit in Kindertagesstätten – Chancen, Risiken und Implementierungsmöglichkeiten.

Völker, H. (2018). Das Erleben von Meditations- und Achtsamkeitsinterventionen in der Schwangerschaft und ihre Wirksamkeit in Bezug auf pränatalen Stress. Eine qualitative Studie. Prof. Dr. A. de Bruin (HM) / Prof. Dr. C. Boldt (HM).

Skiebe, K. (2018). Das Konzept der Achtsamkeit in Beratungsprozessen der Sozialen Arbeit.

Lexhaller, C. (2018). Achtsamkeit in der Grundschule als Maßnahme zur Stressprävention und Stressbewältigung.

Nowack, K. / Wegele, R. / Kutschi, D. (2017). Meditation im Hochschulkontext. Ein Film über das Münchner Modell.

Stoßberger, A. M. (2017). Achtsamkeit und Meditation mit Jugendlichen am Beispiel des Jugendtreffs Cosimapark des Kreisjugendrings München-Stadt.

Fischbacher, M. (2017). Achtsamkeit in der Behindertenhilfe. Ein Projekt mit geistig behinderten und lernbehinderten jungen Frauen.

Steer, A. L. (2017). Achtsamkeit und Meditation mit Kindern und Jugendlichen am Beispiel der offenen Ganztagschule der Mittelschule Augsburg Herrenbach.

Wahlandt, P. (2017). Achtsamkeit und Meditation als Maßnahmen zur Prävention und Behandlung von Burnout.

Grimm, S. (2017). Auswirkungen von Meditations- und Achtsamkeitsübungen auf das schulische Wohlbefinden von Kindern.

Maier, J. (2017). "Ich raste gleich aus!" Chancen und Implementierungsmöglichkeiten von Achtsamkeit für verhaltensauffällige Kinder und Jugendliche.

Hofmann, N. (2017). Achtsamkeit mit Jugendlichen im Rahmen der offenen Jugendarbeit am Beispiel eines Kooperationsprojektes zwischen Jugendhaus "Come In" und dem sonderpädagogischen Förderzentrum Weilheim.

Gut, L. V. (2017). Soziale Arbeit und Stress. Achtsamkeitsmeditation als Möglichkeit zur Stressreduktion.

Keppeler, C. (2017). Meditation als Maßnahme zur Entwicklung eigener Gesundheitskompetenzen am Beispiel von Gesundheits- und KrankenpflegerInnen in der stationären Pflege.

Dukas, M. (2017). Meditation und Achtsamkeit in der Zentralen Notaufnahme. Ein Konzept für Gesundheits- und KrankenpflegerInnen.

Schuster, M. (2017). Entspannungs- und Achtsamkeitsmethoden als eine pädagogische Intervention für verhaltensauffällige Kinder.

Käfer, M. (2017). Achtsamkeit in Heilpädagogischen Tagesstätten - Theoretische und konzeptionelle Überlegungen für den Gruppenalltag.

Maier, M. (2017). Achtsamkeit mit begleiteten Flüchtlingskindern - Theoretische Ansätze und Umsetzungsmöglichkeiten am Beispiel der Gemeinschaftsunterkunft des AGDW e.V. Stuttgart-Hofen.

Lemppenau, M. / Schmelzer, A. (2016). Achtsamkeit – Ein Projekt zur Stressbewältigung für Grundschüler.

Zenker, A. (2016). Meditation und Soziale Arbeit. Ein Weg zur Stärkung professionellen Handelns?

Uhl, A. (2016). Die Relevanz von Meditation für Kinder und Jugendliche in der Sozialen Arbeit.

Schimon, A. (2016). „Willst du was erleben, dann musst du dich bewegen!“ Kinderyoga als gesundheitsfördernde Maßnahme am Beispiel Kindergarten.

Schröck, R. (2016). Die progressive Muskelrelaxation nach Jacobson – Ein präventives Angebot zur Förderung der Entspannung für Kinder zwischen sechs und zehn Jahren.

Htagkonikou, D. (2016). Religion als Teil des Menschseins und ihre Bedeutung für die Soziale Arbeit.

Jaster, I. (2016). Kann Achtsamkeitsmeditation bei stressbedingten Beschwerden helfen?

Hornung, J. (2015), Meditation als ästhetisches Medium in der Sozialen Arbeit am Beispiel der Transzendentalen Meditation (TM).

Penning, N. (2015). Die Wirkungsdimensionen von Kampfkunst in der Sozialen Arbeit am Beispiel der koreanischen Kampfkunst Tang Soo Do.

Maierbacher, R. (2015). Mediation im Handlungsfeld der Sozialpsychiatrie.

Beck, H. (2014): Achtsamkeitsmeditation als ästhetisches Medium in der Hospizarbeit. Ein Projektbeispiel im Johannes-Hospiz der Barmherzigen Brüder in München.

Melusin, V. C. A. (2014): Krankheitsbild Schizophrenie - Musik als wirkungsvolle Therapieform?

Gäbler, M. (2014): Daoistische Lebenspflege als mögliche Ressource in der Sozialen Arbeit.

Jiwa, J. (2013): Meditation als ästhetisches Medium am Beispiel der Behandlung von chronischem Schmerz.

Nachbar, B. V. (2013): Kinderyoga - ein Aspekt der Gesundheitserziehung in der Grundschule. Wirkungsdimensionen und Implementierungsansätze.

Hick, N. (2012): Kinderyoga als gesundheitsfördernde Maßnahme in der Sozialen Arbeit. Betreuung: Prof. Dr. A. de Bruin (HM), Prof. Dr. J. Kahlert (LMU)

Hobbit, M. (2012): Lebensqualität und Gesundheit durch Meditation. Betreuung: Prof. Dr. A. de Bruin (HM), Dr. J. Ilmberger (LMU)

Masterarbeiten (Auswahl) – Hochschule München (HM)

Ernst-Schöpf, J. (2021). "Chill mal dein Leben!" Anregungen für die Implementierung von Achtsamkeit in der stationären Jugendhilfe.

Uhl, A. A. (2021). Achtsames Selbstmitgefühl als Ressource im Studium der Sozialen Arbeit.
Gut, V. (2020). Achtsamkeit und Meditation im Hochschulkontext – Chancen, Grenzen und Implementierungsmöglichkeiten. Eine qualitative Befragung von Hochschullehrenden.

Steer, A. L. (2020). Yoga als Gesundheitsressource? Auswirkungen einer regelmäßigen Yoga-Praxis auf das Kohärenzgefühl. Betreuung: Prof. Dr. Anja Vos (Alice Salomon Hochschule Berlin), Prof. Dr. A. de Bruin

Ludwig-Maximilian-Universität (LMU) München

Die Abschlussarbeiten wurden in den Studiengängen Grundschulpädagogik, Schulpädagogik, Sonderpädagogik und Schulpsychologie verfasst.

Zulassungsarbeiten – Lehramt Ludwig-Maximilian-Universität (LMU) München (Auswahl)

Bilic, Nina (2023)

„Gelassen in die Prüfung“

Wie Achtsamkeit und Meditation bei Prüfungsangst helfen können

Neumann, Laura (2023)

Achtsamkeit und Meditation im Schulalltag der Primarstufe

Schaffer, Elisabeth Hedwig (2023)

Anwendbarkeit und Nutzen von Achtsamkeit und Meditationspraktiken am Beispiel Mittelschule 5. bis 7. Jahrgangsstufe

Tutic, Sejla (2023)

Achtsamkeit und Meditation im Kontext schulischer Inklusion

Kann eine Inklusion von Kindern mit einer geistigen Behinderung in Grundschulen durch das regelmäßige Praktizieren von Achtsamkeit und Meditation begünstigt werden?

Eibert, Katharina (2022)

AD(H)S und Hochsensibilität bei Kindern – Ein Stempel der nur Probleme bringt?

Welche Chancen bieten Achtsamkeit und Meditation im (Schul-)Alltag?

Wittmann, D. (2017). Meditation und Achtsamkeit mit Kindern am Beispiel einer praktischen Untersuchung in der Grundschule.

Friedrich, A. (2017). Christliche Meditation im Schulkontext.

Koster, K. (2016). Können Meditationspraktiken einen positiven Beitrag zur Stressbewältigung im Schul- und Lebensalltag von Kindern leisten?

Markwardt, S. (2016). Vipassana-Meditation nach S. Goenka – Einführung in die Tradition sowie Überlegungen zum Einsatz in der Schule.

Holz auf der Heide, E. (2016). Meditation in der Grundschule – Auswirkungen von Achtsamkeitsübungen auf Prüfungsangst bei Kindern.

Schaule, C. M. (2016). Achtsamkeit in der Schulpsychologie: Relevanz und Umsetzungsmöglichkeiten.

Tschernov, M. (2016). Kinderyoga als pädagogisches Angebot ästhetischer Bildung.

Czajka, L. (2015). Auswirkungen von Meditation bei Verhaltensauffälligkeiten am Beispiel Gefängnis.

Brzakovic, J. (2015). Achtsamkeit in der Schule – Das Fünf-Phasen-Modell.

Henkel, J. S. (2015). Wie kann der Soziale Buddhismus Lernen in der Schule fördern? Ein Projekt in einer Ü1 Klasse in München.

Hofbauer, C. (2014): Meditation in der Schule. Meditative Elemente als wichtiger Bestandteil der gymnasialen Oberstufe.

Reinecke, J. (2014): Achtsamkeit bei Kindern mit Verhaltensauffälligkeiten. Möglichkeiten und Grenzen einer Umsetzung in der Grundschule.

Reckerzügl, M. (2013): Ein pädagogisches Konzept der Achtsamkeit – mit wachem Geist und Körper die Welt verändern.

Promotionen – Ludwig-Maximilian-Universität (LMU) München (Auswahl)

Schramm, A. (2022). MAIDS (Meditation und Achtsamkeit in der Schule). Auswirkungen und Aufmerksamkeit und Wohlbefinden von Schülerinnen und Schülern sowie Klassenklima –

eine quantitativ-qualitative Studie. Betreuung: Prof. Dr. E. Kiel (LMU), Prof. Dr. A. de Bruin (HM).